

«СОГЛАСОВЫВАЮ»  
 Директор *С.Ю. Сидорова*  
*Гапонова Т.М.*



«УТВЕРЖДАЮ»  
 Директор ООО «Аутсорсинг»  
*Лавренова С.Е.*



## Меню (3 день)

на 17 января 2024 года.

### Меню обедов для обучающихся 1-4-х классов

| № рец.       | Приём пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества (г.) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|--------------|---|--------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
|              |   |              | Б                     | Ж            | У            |                                |
| 48           | Салат витаминный с маслом растительным        | 60           | 0,49                  | 3,66         | 3,15         | 47,64                          |
| 103          | Суп картофельный с вермишелью на курином б-це | 200          | 2,15                  | 2,27         | 13,06        | 94,6                           |
| 256          | Мясо тушеное (свинина 60/30)                  | 90           | 9,5                   | 25,4         | 2,3          | 274,5                          |
| 302          | Каша рассычатая гречневая                     | 150          | 8,6                   | 6,09         | 38,64        | 243,8                          |
| 342          | Компот из свежих яблок                        | 180          | 0,14                  | 0,14         | 25,1         | 103,14                         |
| б/п          | Хлеб ржаной                                   | 30           | 1,4                   | 0,47         | 7,8          | 42                             |
|              | соль йодированная                             | 1            |                       |              |              |                                |
| <b>ИТОГО</b> |   | <b>710</b>   | <b>22,28</b>          | <b>38,03</b> | <b>90,05</b> | <b>805,68</b>                  |

### Меню завтраков для обучающихся 1-4-х классов

| № рецептуры | Приём пищи, наименование блюда      | Масса порции (г) | Пищевые вещества (г.) |              |              | Энергетическая ценность (ккал) |
|-------------|-------------------------------------|------------------|-----------------------|--------------|--------------|--------------------------------|
|             |                                     |                  | Б                     | Ж            | У            |                                |
| 259         | Жаркое по-домашнему с мясом Свинина | 200              | 14,05                 | 33,7         | 18,9         | 437,7                          |
| 379         | Кофейный напиток                    | 180              | 2,85                  | 2,41         | 10,76        | 74,94                          |
| б/п         | Хлеб обогащённый микроэлементами    | 30               | 2,31                  | 0,12         | 12,66        | 60,3                           |
| 338         | Фрукты                              | 100              | 0,4                   | 0,4          | 9,8          | 47                             |
|             | Соль йодированная                   | 1                |                       |              |              |                                |
|             | <b>ИТОГО:</b>                       | <b>510</b>       | <b>19,61</b>          | <b>36,63</b> | <b>52,12</b> | <b>619,94</b>                  |

Стоимость питания: меню обед 1-4 кл - 63,00 руб., меню завтрак 1-4 кл - 63,00 руб.  
 Основание: Контракт (договор) - г. Тверь  
 Исполнитель: Гапонова Т.М. Тел. +7 952 086 99 45



